

«Город как среда обитания»

Проверьте себя (стр. 9)

1. Не менее 12 тыс. жителей, при этом не менее 85% из них должны быть заняты не в сельском хозяйстве.
2. .
3. Ситуации, связанные с нарушением правил дорожного движения, пожарной безопасности, мер общественной безопасности и общественного порядка (криминальные ситуации), правил пользования различными бытовыми приборами, газом и электричеством, различные природные явления.
4. Для чего существуют определенные правила поведения в городе.
Что такое опасная ситуация.
К чему приводит нарушение правил поведения в городе.

YAGDZ.COM

«Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища»

Проверьте себя (стр. 13)

1. Наличие коммунальных удобств (в квартире). Нет шумных соседей. Чистый воздух. Наличие земельного участка. Дом можно построить по своему усмотрению, любой конструкции.
- 2.

Минусы	Плюсы
Опасно для здоровья - радиация, посторонние шумы; опасно для жизни - пожары, взрывы, удар током; увеличение расходов, покупка эксплуатация, свет, вода; порождение пени.	Упрощение жизни, удобство и комфорт

3. Нет, случится перенапряжение.
4. Пожар, взрыв.

После уроков (стр. 13)

1. Отключить электрический прибор из сети. Отнести в ремонт.
2. Выходя из дома нужно отключить газ и свет, выткнуть из розетки все электрические приборы. Закрыть окна.

YAGDZ.COM

«Особенности природных условий в городе»

Проверьте себя (стр. 18)

1. Географическое расположение и климат местности, в которой находится город, наличие реки и водоемов, зеленых насаждений.
2. Лесопарки обогащают воздух кислородом, снижают в нем количество углекислого газа и пыли.
3. Экологическая обстановка - общее состояние природной среды с точки зрения условий проживания людей и существования животных и растений.

После уроков (стр. 18)

Мой район самый лучший в городе. У нас хорошая и ухоженная растительность, добрый и отзывчивые люди. У нас отличное управление районом. Люди следят за растениями и ухаживают за бездомными животными. У меня прекрасный вид из окна. Так как сейчас осень я вижу за окном дома деревья с желтой листвой и усыпанное все вокруг желтыми, красными, багровыми листьями. Легкий дождик утром... Мой район оживает с первыми лучами солнца. Люди едут на работу, дети идут в школу, машины начинают ездить и т. п. Я довольна своим районом.

YAGDZ.COM

После уроков (стр. 22-23)

2. Нельзя разговаривать с незнакомцами и впускать их в квартиру. Нельзя заходить с незнакомцем в лифт и подъезд. Нельзя садиться в автомобиль к незнакомцам. Нельзя принимать от незнакомых людей подарки и соглашаться на их предложение пойти с ними. Нельзя задерживаться на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

YAGDZ.COM

«Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность»

Проверьте себя (стр. 22)

1. Вокзалы, базары, пустыри, торговые центры.
2. .
3. Необходимо знать и избегать места, где встреча со злоумышленниками наиболее вероятна: закрытые задние дворы, заброшенные дома, пустыри, подвалы и чердаки домов, рынки, вокзалы. Опасными также могут быть лесопарки и пустынные улицы в темное время суток.
4. Нельзя разговаривать с незнакомцами и впускать их в квартиру. Нельзя заходить с незнакомцем в лифт и подъезд. Нельзя садиться в автомобиль к незнакомцам. Нельзя принимать от незнакомых людей подарки и соглашаться на их предложение пойти с ними. Нельзя задерживаться на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

YAGDZ.COM

«Безопасность в повседневной жизни»

Проверьте себя (стр. 27)

1. Когда человек создает опасные ситуации. Что создает человек при нарушении правил поведения.
2. Чрезвычайная ситуация отличается от опасной прежде всего тяжестью последствий.
3. Безопасное поведение – это умение правильно вести себя в разных ситуациях.

YAGDZ.COM

«Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения»

Проверьте себя (стр. 34)

1. Дорога – это обустроенная или приспособленная и используемая для движения транспортных средств полоса земли либо поверхность искусственного сооружения (моста).
2. Элементы дороги, проходящей в населенном пункте: тротуар, полосы движения, общая ширина дороги, разделительная полоса, проезжая часть для движения безрельсовых транспортных средств в данном направлении, трамвайные пути, внешние кромки тротуаров.
3. Разметка служит для регулирования дорожного движения, для передачи его участникам необходимой информации о различных дорожных ситуациях.
4. Пешеходные переходы могут обозначаться сплошными линиями вдоль проезжей части по всей длине перехода («зебры»). Пешеходный переход, регулируемый светофором, обозначается пунктирными белыми линиями, нанесенными поперек проезжей части дороги.
5. Предупреждающие знаки информируют водителей о приближении к опасному участку дороги, движение по которому требует принятия мер, соответствующих обстановке.
6. Движение запрещено.

YAGDZ.COM

После уроков (стр. 35)



YAGDZ.COM

YAGDZ.COM

Проверьте себя (стр. 39)

1. Нет, т.к. он совершает работу на дороге.
2. Прекратить движение и пропустить автомобиль.
3. Предупредительный.
4. Как правильно вести себя на улице. Если ты гуляешь по улице или идешь куда-то по делам, то прежде всего обрати внимание на соблюдение правил дорожного движения. Всегда придерживайся правой стороны дороги, а если нет тротуара, то иди навстречу движению. Если очень спешишь, то не стоит расталкивать всех руками, пробирайся так, чтобы никого не задеть. Если ты вышел прогуляться с друзьями, то не стоит идти длинной шеренгой вдоль тротуара, взявшись за руки, вы закроете весь проход и прохожие будут вынуждены вас обходить. Там, где можно пройти только по одному, пропусти вперед старших. Не забывай переходить улицу в тех местах, где это принято. При этом не забывай пользоваться «островками безопасности», переходами, обозначенными на тротуаре белыми пашками или «зеброй», или руководствуйся световыми или металлическими указателями «Переход». Заметив пожилого человека или инвалида, который затрудняется один перейти улицу, надо ему помочь. Будь особенно осторожен при обходе стоящего транспорта или других препятствий, а также когда ограничена видимость. Если ты заметил знакомого человека, и по каким-то причинам не хочешь его приветствовать, то будет очень некультурно прятать взгляд в землю и переходить на другую сторону улицы. Также неприлично, заметив знакомого, орать на всю улицу и размахивать руками. Если ты заметил у человека (даже незнакомого) какие-то погрешности в одежде, то тихо скажи ему об этом - человек будет благодарен. Если тебя остановят и спросят как пройти на какую-то улицу, то постарайся объяснить поподробнее и помочь узнать у других прохожих. При входе в магазин, аптеку сначала пропусти выходящих, а потом уже заходи сам.

После уроков (стр. 39)

Проезжую часть дороги пешеходы могут пересекать по пешеходным переходам, а при их отсутствии – на перекрестках по линии тротуаров или обочин. При отсутствии пешеходного перехода или перекрестка пешеходу разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участке без разделительной полосы и ограждений. При выходе из подъезда дома обратите внимание, не приближается ли к вам транспортное средство. Если у дома стоит автомобиль или растут деревья, закрывающие обзор, прежде чем выйти на проезжую часть, осмотритесь – нет ли за препятствием движущегося транспортного средства. При движении по тротуару всегда придерживайтесь правой стороны. Проходя по тротуару мимо ворот или выезда из гаража, необходимо обратить внимание, не выезжает ли машина. Готовясь перейти дорогу, необходимо осмотреть проезжую часть.

Практикум (стр. 39)

1. Остановиться на осевой линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно, лишь по сигналу регулировщика.
2. Осмотреть проезжую часть. Проезжую часть дороги пешеходы могут пересекать по пешеходным переходам, а при их отсутствии – на перекрестках по линии тротуаров или обочин. При отсутствии пешеходного перехода или перекрестка пешеходу разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участке без разделительной полосы и ограждений.

Проверьте себя (стр. 44)

1. Пассажиром называется лицо, кроме водителя, находящееся в транспортном средстве (на нём), а также лицо, которое входит в транспортное средства (садится на него) или выходит из транспортного средства (сходит с него).
2. Правила поведения во всех видах общественного транспорта. Посадка в транспортное средства производится после его полной остановки и когда из него выйдут пассажиры. При посадке необходимо учитывать, что двери открываются и закрываются автоматически, нельзя толкаться, нельзя суетиться, нельзя мешать другим людям. Войдя в салон, необходимо осмотреться, выбрать, не мешая находящимся в автобусе пассажирам, удобное место, где бы вы никому не мешали и вам бы никто не мешал. Следует посмотреть, где расположены аварийные и запасные выходы. Если в транспортном средстве нет свободных мест для сидения, нужно постараться встать в проходе, не мешая движению пассажиров, держаться рукой за поручень или за специальные подвески. Нельзя стоять у входной двери, а тем более опираться на неё, она может случайно открыться. Передвигаться по салону рекомендуется только при полной остановке транспортного средства. Необходимо помнить, что в общественном транспорте нельзя шуметь, шалить, громко разговаривать, вызывать себя вести, есть мороженое. Нельзя высовываться из окон.

После уроков (стр. 44)

Немедленно сообщить об опасной ситуации. В любом транспорте имеются материалы, которые при горении выделяют ядовитые газы, поэтому необходимо стремиться покинуть салон быстро, но без паники, закрывая рот и нос платком или рукавом одежды. Отойти подальше от транспортного средства.

Практикум (стр. 44)

1. Необходимо немедленно сообщить о пожаре водителю и пассажирам; потребовать остановить транспорт и открыть двери. При заблокировании дверей для эвакуации из салона транспортного средства необходимо использовать аварийные люки в крыше и выходы через боковые стекла (при необходимости можно выбить стекла ногами). При эвакуации не допускать паники и выполнять указания водителя. В любом транспорте имеются материалы, которые при горении выделяют ядовитые газы, поэтому необходимо стремиться покинуть салон быстро, но без паники, закрывая рот и нос платком или рукавом одежды. Выбравшись из салона, отойдите подальше от транспортного средства. Если имеется возможность, окажите первую помощь пострадавшим.
2. Не пытайтесь сами достать пакет, побежав за ним по ступенькам. Обратитесь за помощью к дежурному в метро.

Проверьте себя (стр. 49)

1. Водитель – это человек, управляющий каким-либо транспортным средством.
2. Наличие или отсутствие двигателя.
3. Что должен иметь велосипед всегда в исправном виде? Чем должен быть оборудован велосипед при движении на дорогах в темное время суток?
4. На таких дорогах проезжая часть имеет небольшую ширину, что позволяет велосипедисту относительно безопасно выполнить поворот или разворот.
5. Велосипедист, как участник дорожного движения обязан уведомлять о своих действиях других участников движения. Автомобилисты это делают при помощи поворотников, стоп сигналов и т.п. У велосипедиста таких приборов нет, поэтому водитель велосипеда должен обозначать свои маневры при помощи рук.

После уроков (стр. 49)

1. ВСЕГДА надевайте шлем, соответствующий стандартам безопасности, при катании на велосипеде. Ношение шлема уменьшает риск получения травмы в случае дорожного происшествия.
2. ВСЕГДА надевайте перчатки с подкладкой на ладони. Перчатки для велосипедистов - это не украшение..
3. Никогда не слушайте плеер или радиоприемник через наушники во время езды. Это отвлекает Вас от происходящего на дороге, что может быть очень опасно. Во многих государствах такая езда запрещена законом.
4. Так как Вы являетесь участником движения, управляющим транспортным средством, выполняйте все требования правил дорожного движения, подчиняйтесь сигналам светофоров, требованиям дорожной разметки, дорожных знаков; ездите только в разрешенном направлении по улицам (дорогам) с односторонним движением и т.д.
5. Держитесь правой стороны дороги. Всегда ездите в одном ряду и в разрешенном направлении движения.
6. Уступайте дорогу пешеходам. Избегайте ездить по тротуарам (пешеходным дорожкам). Во многих государствах действуют строгие законы, запрещающие езду по тротуарам.
7. Следите за автомобилями начинающими движение или поворачивающими налево впереди Вас. При движении держитесь от автомобилей на безопасном расстоянии, чтобы вас не задло внезапно открывшейся дверью.
8. Никогда не прикрепляйтесь велосипед к другим транспортным средствам посредством троса или других аналогичных приспособлений; не устраивайте на дороге езды с трюками или гонок между собой. Берегитесь грузовиков, не имеющих брызгозащитных щитков, так как камни, случайно попавшие между шинами двойных колес грузовика, могут неожиданно вылететь оттуда и попасть в Вас.
9. Никогда не перевозите пассажиров или такой багаж, который затрудняет наблюдение за дорогой или управление велосипедом, а также мешает приводить в действие тормоза.
10. Убедитесь в том, что ваши тормоза работают должным образом, и всегда поддерживайте Ваш велосипед в исправном техническом состоянии. При торможении в первую очередь применяйте задний тормоз (нажимая на правый тормозной рычаг). Нажатие первым переднего тормоза может привести к внезапной остановке или неконтролируемому движению с потерей равновесия и контроля над велосипедом.
11. Избегайте лишних маневров при езде по дороге, не ездите от одной стороны дороги к другой, не маневрируйте между стоящими (припаркованными) автомобилями. Это мешает водителям автомобилей видеть Вас и повышает риск дорожно-транспортного происшествия (ДТП).
12. Следите за выбоинами, канавами и прочими опасными изменениями рельефа дороги.
13. Для того чтобы Вы были более заметны для других участников движения, носите яркую или светоотражающую одежду. Одежда должна прилегать достаточно плотно, но при этом не ограничивать свободу движений. Слишком свободную и свисающую одежду может затянуть в колеса или другие вращающиеся механизмы велосипеда. Перчатки с длинными пальцами, рубашки с длинными рукавами и длинные брюки могут снизить тяжесть травмы в случае ДТП.
14. Приближаясь к железнодорожным или трамвайным путям, соблюдайте осторожность. Всегда проезжайте их под прямым углом, который должно образовывать с ними и переднее, и заднее колесо.
15. Всегда контролируйте вашу скорость движения. Скорость движения должна зависеть от состояния дороги и опыта велосипедиста.
16. Правильно подавайте сигналы рукой при повороте, торможении и остановке. Вытянутая налево левая рука означает поворот налево, согнутая в локте вверх левая рука означает поворот направо, опущенная вниз левая рука означает остановку.

После уроков (стр. 56-57)

1. Если, находясь в квартире, вы почувствовали запах дыма, следует попытаться выяснить, откуда он исходит. Обойдите все комнаты и выключите электроприборы. В случае реальной угрозы пожара позвоните в службу спасения. После звонка можно попробовать ликвидировать возгорание самостоятельно, но только если это не угрожает вашему здоровью и жизни. Часто бывает, что люди, сталкиваясь с пожаром у себя дома, пытаются сами его ликвидировать. Не всегда это заканчивается успешно, потому что многие не знают, как следует тушить разные очаги возгорания. Лучше всего, чтобы на видном месте в доме была памятка. Правила поведения при пожаре следующие: Закройте все окна, чтобы не создавать сквозняк. Электроприборы, находящиеся под напряжением, тушить водой ни в коем случае нельзя. Их надо выключить из розетки, иначе вас ударит ток. При первых признаках возгорания следует отключить подачу газа. Горение легковоспламеняющихся жидкостей ликвидируется при помощи огнетушителя, плотной ткани или песка. Если на стены попал горящий жир, его можно потушить стиральным порошком или землей. Водой жир тушить нельзя. Если вам не удастся самостоятельно ликвидировать очаг возгорания, немедленно покиньте квартиру и дожидайтесь приезда спасателей. Входную дверь следует плотно закрыть, не запирая на ключ. Если есть возможность, проложите в щели между дверью и проемом мокрые тряпки, чтобы пламя не распространялось за пределы квартиры.
2. В случае необходимости вызова пожарной охраны по телефону наберите номер 01 или 112. Сообщите диспетчеру следующие данные: причину вызова (загорелся телевизор, пожар на балконе и т.д.), свой точный адрес (улица, номер дома и квартиры, этаж, подъезд, код), фамилию и номер телефона, с которого вы звоните.

YAGDZ.COM

«Пожарная безопасность»

Проверьте себя (стр. 56)

1. Небрежность в обращении с огнем. Нарушение правил пользования с легковоспламеняющимися жидкостями, пиротехническими изделиями. Не правильно обращение с тополиным пухом. Оставленные без внимание электрические и газовые приборы.
2. Нельзя тушить водой включенные в сеть электроприборы и лить воду на электрические провода. Во избежание поражения электрическим током необходимо отключить электроэнергию. Легковоспламеняющиеся жидкости тушить мокрой тканью, песком, землей из цветочных горшков. Для того чтобы прекратить поступление кислорода на очаг возгорания.
3. Дышать через влажную ткань.
4. Лифт может отключиться.

YAGDZ.COM

Практикум (стр. 57)

1. Немедленно отключить его от сети, вынув вилку из розетки.
2. Немедленно позвонить в пожарную охрану по телефонам 01 или 112. Тушить возгорание любыми подручными средствами (огнетушителем, водой). Легковоспламеняющиеся жидкости тушить огнетушителем, а если его нет – мокрой тканью, песком, землей из цветочных горшков. Предупредить соседей с верхних этажей, позвать их на помощь.
3. Постараться определить место горения (почтовые ящики, мусоропровод, лифт, квартира) и сообщить соседям о пожаре. Вместе с соседями постараться локализовать очаг пожара и потушить его подручными средствами. Сообщить о пожаре в пожарную часть.

YAGDZ.COM

«Безопасное поведение в бытовых ситуациях»

Проверьте себя (стр. 63)

1. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом. Меры безопасности при пользовании в доме водой.
2. Сначала подключается шнур к прибору, а затем – шнур к сети.
3. Утечка газа может привести к отравлению человека и взрыву помещения. Чтобы можно было обнаружить утечку газа, в него добавляют специальные вещества, имеющие специфический запах.

YAGDZ.COM

«Погодные явления и безопасность человека»

Проверьте себя (стр. 70)

1. Погода – это состояние атмосферы в определенном месте и в определенное время. Показатели погоды: температура, скорость ветра, атмосферное давление, наличие облачности и осадков.
2. Гроза – бурное ненастье с дождем, громом и молниями. Гроза обычно бывает летом, но так же встречается и в конце весны. Гроза опасна молниевым разрядом, сильным ветром, ливнем с градом.
3. Дерево при ударе молнии расщепляется и может загореться.
4. Найдите яму, овраг или любое другое углубление и спрячьтесь в нем.
5. Толщиной льда.
6. Приклеить лейкопластырь на обувь. Натереть подошву наждачной бумагой.
7. Если сильная пурга застала вас в дороге, зайдите в первый попавшийся дом и попроситесь остаться в нем до ее окончания.

После уроков (стр. 70)

1. Занять безопасное место.
2. Наводнение – А.С.Пушкин «Медный всадник». М.Ю.Лермонтов «Гроза». Ф.И.Тютчев «Весенняя гроза». А.С.Пушкин «Метель».
3. Плотно закрыть окна и двери, чердачные люки. Уберите с балконов и подоконников вещи, что их не унесло воздушным потоком. Позаботьтесь о средствах автономного освещения. Подготовьте лопаты для уборки снега.

Практикум (стр. 70)

1. Не укрываться вблизи высоких деревьев, особенно таких, как сосна, дуб, тополь. Лучше укрыться на участке с низкорослыми деревьями.
2. Следует укрыться в подезде любого дома.
3. Выбрать малоскользкую обувь. Приклеить лейкопластырь на обувь. Натереть подошву наждачной бумагой перед выходом.

YAGDZ.COM

«Безопасность на водоемах»

Проверьте себя (стр. 75)

1. Вода в процессе её промышленного использования загрязняется различными химическими веществами, становится непригодной для использования человеком и сбрасывается в реки и озера, загрязняя их.
2. Места, где вода в водоемах проверена и не представляет опасности для здоровья человека, где купание запрещено.
3. Запрещается нырять и прыгать в воду в незнакомых местах. Запрещается устраивать в оде и игры, связанные с захватами. Запрещается далеко заплывать на надувных матрацах или камерах. Запрещается заплывать за буйки и выплывать на судовой ход.
4. Чистый и прозрачный лед.

Практикум (стр. 75)

1. Пляж на берегу водоема.
2. Нужно набрать в лёгкие воздух, наклониться к ноге, взять её двумя руками за пальцы и сильно потянуть их к себе. После этого немедленно плыть к берегу.
3. Выбрать безопасное место, двигаться аккуратно и проверять прочность льда.
4. Организовать помощь провалившемуся (найти предмет, способный вытащить).

YAGDZ.COM

«Чрезвычайные ситуации природного характера»

Проверьте себя (стр. 82)

1. К опасным природным явлениям, которые могут привести к возникновению чрезвычайных ситуаций природного характера для жителей городов и населенных пунктов, можно отнести землетрясения; наводнения; ураганы; бури; смерчи; сели, оползни, обвалы.
2. Землетрясения из всех стихийных бедствий приносят людям самый большой экономический ущерб. Они стоят на первом месте по числу человеческих жертв.
3. Наиболее велика вероятность наводнений в бассейнах рек Амур, Уссури, Зeya, Бурея, рек Сибири, текущих в северном направлении (Лена, Обь, Енисей, Иртыш), а также рек Северного Кавказа (Кубань, Терек). Серьезные наводнения постоянно происходят в Санкт-Петербурге, а также в уральских городах Орске, Серове, Новотроицке, Златоусте.
4. Наиболее часто ураганы, бури и смерчи случаются в районах Поволжья, Сибири, Урала, Черноморского побережья, Сахалина, Камчатки, в Приморском и Хабаровском краях, Московской, Ярославской и Ивановской областях.
5. Оползень – это смещение массы земли под действием собственного веса по берегам водоемов, рек и по горным склонам. В нашей стране оползевыми явлениями наиболее подвержены города Волгоград, Вольск, Воронеж, Казань, Калуга, Краснодар, Красноярск, Москва, Нижний Новгород, Рязань, Саратов, Сочи, Ставрополь, Тверь, Уфа.

Обвал опасен, когда в его зоне оказываются люди, постройки, реки, дороги, линии связи и другие объекты. Основным поражающим фактором обвалов является падение тяжелых масс горных пород, способных раздавить или засыпать грунтом различные сооружения, запрудить течение реки, вызвать наводнение или селевой поток. На территории России обвалы бывают в районах Северного Кавказа, Урала, Восточной Сибири, Сахалина, Кольского полуострова, а также по обрывистым берегам крупных рек и водоемов в других регионах.

Сель – это стихийно формирующийся в руслах горных рек поток, состоящий из воды, обломков горных пород и песка. Районами, где наиболее возможно возникновение селей, являются Северный Кавказ, Алтай, Саяны, Прибайкалье, Приморье, Камчатка, Сахалин.

После уроков (стр. 83)

Листопад-осень-опадение пожелтевших листьев

Снегопад-зима-выпадение на землю осадков в виде снега

Радуга - после дождя - появление цветных полос в виде дуги

Наводнение - весна - реки выходят из берегов

Молния - во время дождя - яркие вспышки электричества в небе

YAGDZ.COM

«Чрезвычайные ситуации техногенного характера»

Проверьте себя (стр. 85-86)

1. Они связаны с деятельностью человека.

2. Внимание!!

Жители города . Вследствие пожара на объекте Химической промышленности, есть риск Химического отравления. Просьба не покидать своих домов и не открывать окон.

YAGDZ.COM

После уроков (Стр. 87-88)

1. Заполнение Амура — 2013г.



В жилых и общественных зданиях пожар в основном возникает из-за неисправности электросети и электроприборов, утечки газа, возгорания электроприборов, оставленных под напряжением без присмотра, неосторожного обращения и шалости детей с огнем, использования неисправных или самодельных отопительных приборов, оставленных открытыми дверей топок (печей, каминов), выброса горячей золы вблизи строений, беспечности и небрежности в обращении с огнем. Причинами пожаров на общественных предприятиях чаще всего бывают: нарушения, допущенные при проектировании и строительстве зданий и сооружений; несоблюдение элементарных мер пожарной безопасности производственным персоналом и неосторожное обращение с огнем; нарушение правил пожарной безопасности технологического характера в процессе работы промышленного предприятия (например, при проведении сварочных работ), а также при эксплуатации электрооборудования и электроустановок; задействование в производственном процессе неисправного оборудования. Распространение пожара в жилых зданиях чаще всего происходит из-за поступления свежего воздуха, дающего дополнительный приток кислорода, по вентиляционным каналам, через окна и двери. Вот почему не рекомендуется разбивать стекла в окнах горящего помещения и оставлять открытыми двери. В целях предупреждения пожаров и взрывов, сохранения жизни и имущества необходимо избегать создания в доме запасов легковоспламеняющихся и горючих жидкостей, а также склонных к самовозгоранию и способных к взрыву веществ. Имеющиеся их небольшие количества надо содержать в плотно закрытых сосудах, вдали от нагревательных приборов, не подвергать тряске, ударам, разливу. Следует соблюдать особую осторожность при использовании предметов бытовой химии, не сбрасывать их в мусоропровод, не разогревать мастики, лаки и аэрозольные баллончики на открытом огне. Нельзя хранить на лестничных площадках мебель, горючие материалы, загромождать чердаки и подвалы, устранять кладовые в нишах сантехнических кабин, собирать макулатуру в мусорокамерах. Не рекомендуется устанавливать электронагревательные приборы вблизи горючих предметов. Необходимо содержать исправными выключатели, вилки и розетки электроснабжения и электрических приборов. Запрещается перегружать электросеть, оставлять без присмотра включенные электроприборы; при ремонте последних их следует отключать от сети. Наиболее пожаро- и взрывоопасными бытовыми приборами являются телевизоры, газовые плиты, водонагревательные бабки и другие. Их эксплуатация должна вестись в строгом соответствии с требованиями инструкций и руководств. При появлении запаха газа необходимо немедленно отключить его подачу и проветрить помещение; при этом категорически запрещается включать освещение, курить, зажигать спички, свечи. Во избежание отравления газом следует удавить из помещения всех людей, не занятых ликвидацией неисправности газовой плиты и газопровода. Часто причиной возникновения пожара служат детские шалости. Поэтому нельзя оставлять малолетних детей без присмотра, разрешать им играть со спичками, включать электронагревательные приборы и зажигать газ. Запрещается загромождать подъездные пути к зданиям, подход к пожарным гидрантам, запирать двери обших прихожих в многоквартирных домах, заставлять тяжелыми предметами легко разрушаемые перегородки и балконные люки, закрывать проемы воздушной зоны незадымляемых лестничных клеток. Необходимо следить за исправностью средств пожарной автоматики и содержать пожарные извещатели, систему дымоудаления и средства пожаротушения в исправном состоянии. В случае пожара необходимо срочно покинуть здание, используя основные и запасные (пожарные) выходы или лестницы (пользоваться лифтами опасно), и как можно быстрее позвонить в пожарную охрану, сообщить Ф.И.О., адрес и что горит.

В начальной стадии развития пожара можно попытаться потушить его, используя все имеющиеся средства пожаротушения (огнетушители, внутренние пожарные краны, покрывала, песок, воду и др.). Необходимо помнить, что огонь на элементах электроснабжения нельзя тушить водой. Предварительно надо отключить напряжение или перерубить провод топором с сухой деревянной ручкой. Если все старания оказались напрасными, и огонь получил распространение, нужно срочно покинуть здание (эвакуироваться). При задымлении лестничных клеток следует плотно закрыть двери, выходящие на них, а при образовании опасной концентрации дыма и повышении температуры в помещении (комнате), переместиться на балкон, захватив с собой намоченное одеяло (ковер, другую плотную ткань), чтобы укрыться от огня в случае его проникновения через дверной и оконный проемы; дверь за собой плотно прикрыть. Эвакуацию нужно продолжать по пожарной лестнице или через другую квартиру, если там нет огня, используя крепко связанные простыни, шторы, веревки или пожарный рукав. Спускаться надо по одному, подстраховывая друг друга. Подобное самоспасение связано с риском для жизни и допустимо лишь тогда, когда нет иного выхода. Нельзя прыгать из окон (с балконов) верхних этажей зданий, так как статистика свидетельствует, что это заканчивается смертью или серьезными увечьями.

Практикум (стр. 94-95)

1.
 - 1) Покажу незнакомцу дорогу (на словах), но идти с ним не буду.
 - 2) Как можно дальше уйду от него, если он не отстанет - попрошу помочь мне кого-то из взрослых (например, работников транспорта).
 - 3) Откажусь (в мягкой форме). Скажу, что а) не заинтересована в лотереях б) спешу.
 - 4) Если не желаю давать ей денег, буду игнорировать.
 - 5) Ни в коем случае не стану открывать ее, там может быть бомба. Сообщу о находке кондуктору или водителю.
 - 6) Позвоню родителям, попрошу встретить меня.
2. Девиантное поведение (также социальная девиация) — это поведение, отклоняющееся от общепринятых, наиболее распространённых и устоявшихся норм в определённых сообществах в определённый период их развития.

YAGDZ.COM

«Антиобщественное поведение и его опасность»

Проверьте себя (стр. 94)

1. К опасным ситуациям социального характера относятся криминальные ситуации, имеющие место в повседневной жизни и быту, а также угрозы, связанные с проявлением экстремизма и терроризма.
2. Эти явления направлены против норм и правил, установленных в обществе.
3. Антиобщественное поведение может быть основой не только правонарушений, но и преступлений против общества и государства.
4. Они направлены против норм и правил, установленных в обществе.

После уроков (стр. 94)

Антиобщественное поведение (гр. – против общества) – это поступки людей, не соответствующие нормам морали и законодательным актам, принятым в обществе. К таким поступкам, из системы которых складывается поведение, относятся: бродяжничество при наличии семьи и дома, попрошайничество при наличии средств к существованию, уклонение от учебы и работы, наркомания и пьянство, воровство, хулиганство, разбой, легкий образ жизни, а также ложь, сплетни, наветы и т. д. Антиобщественное поведение человека вредит обществу и самому человеку, совершающему его, ибо это асоциальное, греховное поведение, разрушающее, сдерживающее развитие и прогресс, не соответствующее культуре и вере русского народа.

YAGDZ.COM

«Обеспечение личной безопасности дома»

Проверьте себя (стр. 98)

1. «Один дома». Никогда не открывайте дверь, не посмотрев в глазок и не спросив, кто пришёл. Не открывайте дверь никому, даже если люди представились работниками коммунальных услуг, полиции или почты. Попросите зайти позже. Если вас просят принести попить или разрешить позвонить, объясните, как дойти до ближайшего магазина или телефона-автомата. Никогда и никому не рассказывайте о распорядке жизни членов своей семьи.
«Выхожу из квартиры». Прежде чем открыть дверь, посмотрите в глазок – нет ли за дверью посторонних. Выйдя из квартиры, закрывайте за собой дверь. Если вы вышли и увидели посторонних людей, вернитесь обратно в квартиру. Не просматривайте почту около ящика, поднимитесь домой и посмотрите там.
«Вхожу в подъезд». Если дом оборудован домофоном, перед входом в подъезд наберите номер своей квартиры и попросите родителей вас встретить.
2. Света в данной ситуации поступает разумно и правильно.

После уроков (стр. 98)

Никогда не открывайте дверь, не посмотрев в глазок и не спросив, кто пришёл. Не открывайте дверь никому, даже если люди представились работниками коммунальных услуг, полиции или почты. Попросите зайти позже. Если вас просят принести попить или разрешить позвонить, объясните, как дойти до ближайшего магазина или телефона-автомата. Никогда и никому не рассказывайте о распорядке жизни членов своей семьи. Прежде чем открыть дверь, посмотрите в глазок – нет ли за дверью посторонних. Выйдя из квартиры, закрывайте за собой дверь. Если вы вышли и увидели посторонних людей, вернитесь обратно в квартиру. Не просматривайте почту около ящика, поднимитесь домой и посмотрите там.

YAGDZ.COM

Проверьте себя (стр. 102)

1. Опасными могут быть места с большим скоплением народа. Это рынки, вокзалы, стадионы, остановки транспортных средств. Здесь встречаются, как правило, воры и мошенники. Безлюдные места также опасны, здесь нет лишних свидетелей и злоумышленник безнаказанно может совершать свои противоправные действия. Это могут быть пустырь, лесопарк, строительная площадка, задний двор и т.д.
2. Безопасное поведение на улице.

После уроков (стр. 102)

Оказавшись в малолюдном темном квартале, идите посередине улицы. Необходимо хорошо знать дорогу, иметь несколько вариантов маршрута. Если вы идете в темное время суток, позвоните родителям, чтобы вам встретили; если вы были в гостях, попросите проводить вас. В темное время суток лучше идти по улице в группе людей вышедших из автобуса, метро, электрички. Переходить по подземному переходу также лучше в группе людей. Идти безопаснее по тротуару навстречу движению, чтобы вы видели приближающиеся машины. Увидев впереди группу людей или пьяного человека, лучше перейти на другую сторону улицы или изменить маршрут. Если вы идете один и кто-то пытается с вами заговорить, не поддерживайте разговор. Сделайте вид, что спешите, идите в направлении освещенного и многолюдного места. Если автомобиль начинает медленно двигаться рядом, разумнее перейти на другую сторону улицы. Всегда старайтесь избегать опасных ситуаций, если есть возможность убежать – убегайте.

YAGDZ.COM

«Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения»

Проверьте себя (стр. 109)

1. Экстремизм – это приверженность отдельных людей или групп к крайним взглядам и поступкам, которые подспудно или непосредственно направлены против законных политических прав и свобод граждан, являются угрозой для гражданского мира, национального согласия и духовной, религиозной терпимости в обществе и государстве.
2. Терроризм – идеология насилия и практика воздействия на принятие решения органами власти, связанные с устранением населения и иными формами противоправных насильственных действий.

YAGDZ.COM

3. Одной из причин возникновения экстремистских побуждений и действий может стать социальная несправедливость, возникшая в обществе, которая выражается в снижении качества и уровня жизни граждан, снижении уровня защищенности их жизненно важных интересов и внешних угроз и их воздействий.

4. Антиобщественное поведение проявляется в виде терроризма и экстремизма.

После уроков (стр. 109)

Соблюдать правила безопасности поведения при угрозе возникновения террористического акта, рекомендованные специалистом в области противодействия терроризму. Соблюдать установленные нормы и правила морального поведения, исключающие вовлечение в террористическую деятельность.

YAGDZ.COM

«Виды экстремисткой и террористической деятельности»

Проверьте себя (стр. 111)

1. Насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение целостности Российской Федерации. Публичное оправдание терроризма и иная террористическая деятельность. Возбуждение социальной, расовой, национальной или религиозной розни. Пропаганда исключительности, превосходства либо неполноценности человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношению к религии. Нарушение прав, свобод и законных интересов человека и гражданина в зависимости от его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношению к религии. Пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики. Массовое распространение заведомо экстремистских материалов.
2. Давление на психику, влияние на тело или иные действия, изменение поведения, замкнутость.
3. Организация, планирование, подготовка, финансирование и реализация террористического акта. Подстрекательство к террористическому акту. Организация незаконного вооруженного формирования, преступного сообщества (преступной организации), организационной группы для реализации террористического акта, а равно участие в такой структуре. Вербовка, вооружение, обучение и использование террористов. Информационное или иное пособничество в планировании, подготовке или реализации террористического акта. Пропаганда идей терроризма, распространение материалов или информации, призывающих или оправдывающих необходимость осуществления такой деятельности.
4. Федеральный закон Российской Федерации «О противодействии экстремистской деятельности». Федеральный закон Российской Федерации «О противодействии терроризму».

YAGDZ.COM

После уроков (стр. 112)

Терроризм-это политика основанная на систематическом применении насилия, запугивания, устрашения. Практически всегда, террористы прикрываются националистическими, религиозными и социальными идеями, внушая всем, что они борются за свои идеалы и права. Однако, терроризм не имеет оправдания, так как за данными идеями террористы ставят цель подорвать экономическую, политическую системы, подорвать светскую власть, посеять смуту в народе и утвердить власть насилия, путем разложения национальной войны, дискриминации власти. Терроризм - это одно из ужасных преступлений, так как высшей ценностью, общество ставит жизнь человека, а терроризм заключается в том, что его целью становятся жизни гражданского населения. Но самое страшное, что террористы не останавливаются и перед тем, что, ради достижения своих целей, готовы лишить жизни детей. Именно поэтому терроризм - это преступление не имеющее оправдания. Преступление, за которое необходимо наказывать со всей суровостью закона.

YAGDZ.COM

«Виды террористических актов и их последствия»

Проверьте себя (стр. 121-122)

1. Взрыв в местах массового скопления людей (на рынках, на стадионах, в местах проведения массовых зрелищных мероприятий) в зданиях вокзалов, кинотеатрах, жилых домах). Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств, удерживание в них заложников. Похищение людей с целью получения выкупа и угроза физического уничтожения заложника. Воздействие на опасные промышленные объекты (химически опасные производства, атомные электростанции, арсеналы оружия и другие опасные военные объекты, разрушение которых может вызвать массовое поражение людей). Отравление воды в системах водоснабжения, продуктов питания, искусственное распространение возбудителей инфекционных заболеваний. Искусственное загрязнение местности радиоактивными отходами.
2. Москва, 29 марта 2010г. Утром были произведены взрывы в поездах на станциях Московского метрополитена «Лубянка» и «Парк Культуры». Взрывные устройства привели в действие две террористки-смертницы. Погибло 40 человек, ранено 88 человек.
3. Не прикасаться к бесхозным вещам. Ни в коем случае нельзя пытаться самостоятельно обезвредить взрывное устройство.

YAGDZ.COM

Практикум (стр. 122)

Не прикасаться к бесхозным вещам. Ни в коем случае нельзя пытаться самостоятельно обезвредить взрывное устройство. Не подвергайте себя излишнему риску, старайтесь ограничить контакты с преступниками, не вызывайте у них агрессию своими действиями или словами, особенно если они находятся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. Старайтесь по мере возможности смягчить враждебность преступников, оставаясь покладистым, спокойным и миролюбивым. Используйте любую возможность для передачи информации о своем местонахождении, приметах преступников, об особенностях их поведения своим родственникам или правоохранительным органам. Не реагируйте на провокационные действия террористов, не задавайте им вопросов и старайтесь не смотреть им в глаза: это может вызвать по отношению к вам дополнительную агрессию. Выполняйте требования террористов и спрашивайте у них разрешение на любые ваши действия. В захваченном террористом транспортном средстве оставайтесь на своем месте, не перемещайтесь по салону, старайтесь меньше привлекать к себе внимание преступников.

YAGDZ.COM

«Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности»

Проверьте себя (Стр. 126-127)

Мальчику написавший записку, подвел своих одноклассников и всех учащихся школы. Родителям мальчика придется выплачивать штраф. В городе в это время могла произойти реальная угроза обществу, а сотрудники органов внутренних дел, медики и пожарные выезжали по ложному делу.

YAGDZ.COM

После уроков (стр. 127)

Драка. Обычно она возникает у всех учеников. К сожалению, не всегда она заканчивается весело, а бывает что даже очень плачевно. Причина может возникнуть из пустого места.

Практикум (стр. 127)

Я понимаю под этим словом людей, разжигающих национальные, идейные, религиозные и иные конфликты. Люди, готовые пойти до конца ради одной-единственной идеи, готовые применить силу, если кто-то выступает против. В политике это проявляется как стремление подорвать стабильность существующих укладов с целью проведения своих, радикальных перемен. Экстремисты используют все средства достижения цели вплоть до терроризма. Они не способны к поиску компромисса. Но современное общество давно уже вышло из стадии первобытности, поэтому принцип "все или ничего" не приемлем. Нужно не только высказывать свои права и претензии, но и с пониманием и терпимостью относиться к другим народам и государствам. Иначе мы бы давно друг друга перерезали-перевзрывали-перестреляли. Нужно руководствоваться разумом, а не стадным чувством, национальной неприязнью, примитивными инстинктами. Ведь нельзя же не понимать, что простые исполнители, беззаветно преданные идее, - просто пушечное мясо, а настоящие лидеры куда мудрее. Их цель - приход к власти, а под каким лозунгом вести - не столь важно. Цель оправдывает средства, а пешки в расчет никогда не берутся...

YAGDZ.COM

«О здоровом образе жизни»

Проверьте себя (стр. 135)

1. В предыдущих главах учебника мы познакомились с основными правилами обеспечения личной безопасности, которая тесно связана с понятием основы здорового образа жизни. К изучению основных составляющих здорового образа жизни мы приступаем в этой главе.
2. Здоровый образ жизни – это образ жизни, способствующий профилактике заболеваний и повреждений и обеспечению благополучия.
3. Режим дня, двигательная активность, закаливание организма, рациональное питание и профилактика вредных привычек.

После уроков (стр. 135)

7.00 - Подъем

7.00-7.30 - Утренняя зарядка, водные процедуры, уборка постели, туалет

7.30 -7.50 - Утренний завтрак

7.50 - 8.20 - Дорога в школу или утренняя прогулка до начала занятий в школе

8.30 - 12.30 - Занятия в школе

12.30 - 13.00 - Дорога из школы или прогулка после занятий в школе

13.00 -13.30 - Обед

13.30 - 14.30 - Послеобеденный отдых или сон

14.30 - 16.00 - Прогулка или игры и спортивные занятия на воздухе

16.00 - 16.15 - Полдник

16.15 - 17.30 - Приготовление домашних заданий

17.30 - 19.00 - Прогулки на свежем воздухе

19.00 - 20.00 - Ужин и свободные занятия (чтение, музыкальные занятия, спокойные игры, ручной труд, помощь семье, занятия иностранным языком и пр.)

20.30 - Приготовление ко сну (гигиенические мероприятия - чистка одежды, обуви, умывание)

«Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья»

Проверьте себя (стр. 142)

1. Основные физические качества, которыми должен обладать здоровый человек: быстрота, сила, выносливость и гибкость. Быстрота характеризует способность человека передвигаться с максимальной для него скоростью, выполнять различные перемещения тела в минимальные промежутки времени, участвовать в спортивных играх. Сила человека характеризует его способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий. Выносливость – физическая способность поддерживать заданную, необходимую для обеспечения жизнедеятельности нагрузку и противостоять утомлению, возникающему в процессе выполнения работы. Гибкость – способность человека выполнять двигательные действия с большой амплитудой движений.
2. Что такое закаливание? Что лежит в основе закаливания? Чему способствует закаливание? Какое влияние оказывает закаливание на организм человека? Наиболее эффективное средство закаливание?
3. Водные процедуры.

YAGDZ.COM

«Рациональное питание. Гигиена питания»

Проверьте себя (стр. 146)

1. Рациональное питание – это разнообразное питание с учетом индивидуальных особенностей человека, его возраста, физических нагрузок, климатических и сезонных особенностей окружающей среды.
2. Относиться к еде с уважением и ответственностью. Во время приема пищи не следует смотреть телевизор или слушать радио. Каждый кусок желательно пережевывать очень тщательно, делая не менее 30 жевательных движений. Не следует садиться за стол возбужденным или сильно усталым. Питаться по возможности разнообразно и не переедать.

После уроков (стр. 146)

Фрукты, овощи, орехи.

Фрукты - это сладкие продукты питания. Повышают настроение и пополняют энергию.

Овощи - это полезные продукты питания. Морковь помогает улучшить здоровье, помидоры полезны для сердца.

Орехи - это соленые и твердые продукты. Грецкий орех улучшает работу мозга.

Так же полезны и чай.

Черный чай греет горло, и он полезен для легких.

В мире есть невероятно большое количество полезных продуктов.

YAGDZ.COM

«Вредные привычки и их влияние на здоровье человека»

Проверьте себя (стр. 152-153)

1. Табак вредно действует на организм и в первую очередь на нервную систему, вначале возбуждая, а затем угнетая её. Память и внимание ослабевают, работоспособность понижается. Табачный дым раздражает слюнные железы. Часть слюны курильщик проглатывает. Ядовитые вещества дыма, растворяясь в слюне, действуют на слизистую оболочку желудка, что может привести к язве желудка и двенадцатиперстной кишки. В результате поступления дыма в лёгкие кровь в них, вместо того чтобы обогатиться кислородом, насыщается угарным газом. Наступает кислородное голодание. Из-за этого прежде всего страдает сердечная мышца. Дым раздражает слизистые оболочки, снижается сопротивляемость лёгких к различным инфекционным заболеваниям, в частности к туберкулезу.
2. Вредные привычки ухудшают физические качества.

YAGDZ.COM

После уроков (стр. 153)

- 1.
2. Вредные привычки оказывают пагубное влияние на здоровье человека.

«Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек»

Проверьте себя (стр. 153)

1. Школьные годы особенно важны как для физического, так и для умственного роста. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Заболевание органов дыхания: дети чаще болеют ОРЗ, бронхитом, пневмонией. Повышается риск других серьёзных заболеваний горла, лёгких, трахей, носа. Заметно возрастает количество аллергических заболеваний, так как снижается выносливость организма. Замедляется рост, так как табачный дым влияет на обмен веществ, ухудшает усвояемость питательных веществ, необходимых для правильного развития всего организма, разрушает витамин С, необходимый для роста. Большой вред наносится нервной и сердечнососудистой системе. Появляется одышка при физической нагрузке, «покалывает» сердце, может даже появиться малокровие. На организм девочки курение действует гораздо сильнее: «вянет» кожа, быстрее слышит голос. А самое главное, курение плохо скажется на здоровье будущих детей (новорождённые умирают). Нет такого организма, который бы не поражался при курении: почки и мочевой пузырь, кровеносные сосуды и сердце, головной мозг и печень.
2. Вредные привычки ухудшают физические качества.

YAGDZ.COM

1. Я отвечаю конечно - же нет. Да смогу я сказать твердое нет, потому что я не хочу портить своё здоровье! Курение очень плохое дело. Если сверстники предложат покурить, то естественно они пробовали сигареты, и у них есть зависимость. Они хотят подсадить своих друзей. Гипа такими фразами-"Ладно, курни, нечего не будет.". С эти утверждением категорически не согласен лично я. Сначала маленькая зависимость, потом больше и больше, не замечая, еще больше зависимости. Мало того что есть зависимость, то сигареты травят организм, и влияют на все органы, сверстники если курят долго, в таком маленьком возрасте, будет в старости и в середине лет совсем плохо. Они будут серьезно болеть. Чтобы не травить организм, так потому, что он у нас один и больше шансов стать здоровым организмов после курения не будет, то надо сказать - Нет. И по желанию, не часто общаться с этими сверстниками.
2. Вежливо откажусь и, сославшись на свои дела, покину стол.

Практикум (стр. 154)

Уже давно научно доказан факт, что курение вредно для здоровья, но и сегодня оно является довольно распространенным явлением среди людей. Папирosa или сигарета содержит ряд веществ, которые отрицательно влияют на здоровье. И потому даже пребывание рядом с курильщиками во время курения приносит вред. Опаснейшими веществами в табаке являются никотин и смолы, которые способны вызвать серьезные заболевания сердечнососудистой системы (инфаркт, инсульт), нервов, дыхания (бронхиты, пневмонии, болезни горла) и даже неизлечимые опухолевые заболевания (рак). Кроме того, курение оказывает содействие повышению раздражительности, агрессивности, утомляемости, сонливости, снижению умственных способностей. Также ухудшаются зрение, обоняние, вкус, аппетит, физическая сила, общий тонус организма, ухудшается иммунная система, что приводит к возникновению целого ряда других заболеваний, например, инфекционных. Упомянутые выше последствия курения, которые отрицательно влияют на здоровье человека, являются далеко не полным перечнем. Большинство курильщиков, понимая, что курение приводит к проблемам со здоровьем, жалеют, что начали курить вообще, и стремятся оставить это занятие. Но не всем это удается, поскольку курение - это привычка. А избавиться от привычек, как известно, особенно вредных, очень тяжело. Поэтому лучше вообще не пробовать курить ни при каких обстоятельствах. К сожалению, часто люди начинают курить в раннем возрасте по очень простым причинам. Например, некоторые подростки начинают курить из-за того, что хотят казаться взрослыми, или потому, что так заведено среди их ровесников. Иногда происходит так, что подросток начинает курить не по собственному желанию, а из-за плохого влияния или даже давления со стороны друзей. Другой причиной является наследование поведения людей, которые имеют большое значение для подростка. Таким человеком может быть просто знакомый, или кумир, которого он видит на экране телевизора. Это объясняется тем, что подросток связывает успех этих людей с определенным имиджем, к атрибутам которого может принадлежать и курение. Но нужно помнить, что это далеко от истины - достичь успеха можно и без курения, а вот попадание под влияние других людей не оказывает содействие этому. Действительно, даже если человек не курит, отстаивать свою точку зрения непросто. Особенно из-за того, что сегодня средства массовой информации и реклама, которые оказывают огромное влияние на способ мышления людей, пропагандируют употребление табачных изделий. Государство старается уменьшить такую пропаганду, но из-за того, что торговля сигаретами очень прибыльная, сделать это очень тяжело. Бизнесменам удобно «создавать» новых курильщиков и зарабатывать на них деньги. Поэтому они часто прибегают к средствам, которые вводят в заблуждение неопытных людей. Например, в рекламе табачных изделий курение часто связывают с признаками, которые являются желаемыми для многих людей, особенно подростков - успех, достаток, раскованность, сила, ум, имидж и т.п. Хотя на самом деле курение мешает достижению всего вышеуказанного. Нужно помнить, что временами сами курильщики не из наилучших мотивов (зависть, осознание, что они своими силами не могут прекратить курить и т.п.) привлекают к этой привычке других людей из своего окружения. То есть действуют по принципу: если сам не могу подняться, нужно опустить всех до своего уровня. Поэтому сознательный и твердый выбор - не курить - является проявлением силы воли личности. Нужно также помнить, что курение является опасным не только для здоровья курильщика, но и для окружающей среды. Ведь маленький окурок, непогашенная сигарета могут привести к пожару. Причем не только в зданиях, но и на природе (в лесу, в степи и т.п.). Поскольку курильщики, по обыкновенно, не сконцентрированы на соблюдении правил пожарной безопасности, они являются ее потенциальными нарушителями и виновниками уничтожения насаждений, гибели людей и осквернения природы.

Проверьте себя (стр. 158)

1. Да.
2. Несчастный случай.
3. Определить, что произошло, каковы последствия несчастного случая и немедленно вызвать «скорую помощь» или попросить кого-то сделать это. Приступить к оказанию первой помощи пострадавшему и оказывать её до прибытия «скорой медицинской помощи».

После уроков (стр. 158)

Для вызова «скорой медицинской помощи» по телефону необходимо набрать номер 03 (или единый номер 112), сообщить диспетчеру точный адрес происшествия (название улицы, номер дома и квартира), свою фамилию и номер телефона, рассказать кратко, что произошло.

YAGDZ.COM

«Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах»

Проверьте себя (стр. 160)

1. Ушиб – это механическое повреждение мягких тканей тела человека. Ушиб можно получить при ударе по телу тупым предметом или при падении с небольшой высоты. Если ушиб пришелся на мягкие ткани (бедро, ягодица, мышцы ног), для уменьшения боли и кровоподтеков к ушибленному месту необходимо приложить холод: полотенце, смоченное холодной водой, или пузырь со льдом. Полотенце необходимо через 1-2 мин менять, смачивая его снова холодной водой.
2. Область вокруг ссадины припухает, краснеет и становится более теплой на ощупь. В этом месте пострадавший может испытывать пульсирующую боль.

YAGDZ.COM

«Первая помощь при отравлениях»

Проверьте себя (стр. 163)

1. Попадание токсического (ядовитого) вещества внутрь организма.
2. Удаление яда из организма.
3. Отравление никотина, как правило, наблюдается при первой попытке курения, когда развивается острое отравление. Острое отравление может развиваться у начинающих курильщиков, или при большом количестве выкуренных сигарет, или при длительном пребывании в прокуренной комнате. При остром отравлении появляются тошнота, рвота, общая слабость, сердцебиение. Пострадавшего необходимо вывести на свежий воздух, дать обильное питье.
4. Отравление угарным газом обычно развивается постепенно. Начальными признаками отравления являются ощущение общей слабости, головная боль в области лба и висков, ощущение тяжести в голове, ускоренное сердцебиение, покраснение кожи. Затем нарастает мышечная слабость, появляется головокружение, шум в ушах, рвота, сонливость. Чем раньше при отравлении угарным газом оказывается помощь, тем более вероятен благополучный исход. Первая помощь. Немедленно вывести пострадавшего из отравленной атмосферы на свежий воздух, а если возможно, то дать вдыхать чистый кислород. Пострадавшего следует освободить от стягивающей и препятствующей свободному дыханию одежды. При выраженных расстройствах дыхания или его остановлении как можно быстрее начать делать искусственное дыхание, если вы умеете его правильно делать. Вызвать «скорую помощь».

YAGDZ.COM

Практикум (стр. 164)

1. При выраженных расстройствах дыхания или его остановлении.
2. Отравление угарным газом обычно развивается постепенно. Начальными признаками отравления являются ощущение общей слабости, головная боль в области лба и висков, ощущение тяжести в голове, ускоренное сердцебиение, покраснение кожи. Затем нарастает мышечная слабость, появляется головокружение, шум в ушах, рвота, сонливость. Чем раньше при отравлении угарным газом оказывается помощь, тем более вероятен благополучный исход. Первая помощь. Немедленно вывести пострадавшего из отравленной атмосферы на свежий воздух, а если возможно, то дать вдыхать чистый кислород. Пострадавшего следует освободить от стягивающей и препятствующей свободному дыханию одежды. При выраженных расстройствах дыхания или его остановлении как можно быстрее начать делать искусственное дыхание, если вы умеете его правильно делать. Вызвать «скорую помощь».
3. Всегда контролируйте ситуацию вокруг себя, особенно, когда находитесь на объектах транспорта, культурно-развлекательных, спортивных и торговых центрах. При обнаружении забытых вещей, не трогая их, сообщите об этом водителю, сотрудникам объекта, службы безопасности, органов полиции. Не пытайтесь заглянуть внутрь подозрительного пакета, коробки, иного предмета. Не подбирайте бесхозных вещей, как бы привлекательно они не выглядели. В них могут быть закамуфлированы взрывные устройства (в банках из-под пива, сотовых телефонах и т.п.). Не пинайте на улице предметы, лежащие на земле. Если вдруг началась активизация сил безопасности и правоохранительных органов, не проявляйте любопытства, идите в другую сторону, но не бегом, чтобы Вас не приняли за противника. При взрыве или начале стрельбы немедленно падайте на землю, лучше под прикрытие (бордюр, торговую палатку, машину и т.п.). Для большей безопасности накройте голову руками. Случайно узнав о готовящемся теракте, немедленно сообщите об этом в правоохранительные органы. Если вам стало известно о готовящемся или совершенном преступлении, немедленно сообщите об этом в органы ФСБ или МВД.

YAGDZ.COM